

Gastkommentar



Walter Wernhart, Chef des Zentralausschusses der Lehrerververtretung

Die Studie, wonach psychosomatische Beschwerden bei Lehrern doppelt so häufig sind wie bei Angestellten, ist ein weiterer Beweis für die enormen Belastungen im Lehrberuf. Die tägliche Unterrichts- und Erziehungsarbeit verlangt immer mehr Kräfte ab. Die Ursachen sind vielfäl-

Prophylaxe

tig: der große Erwartungsdruck, insbesondere die Übertragung fast aller gesellschaftspolitischer Probleme auf die Schule, die fehlende Wertschätzung der Lehrerleistungen, vor allem aber der enorme Anstieg von Verhaltensauffälligkeiten, die für Lehrer sowie für Schüler oft an die Grenzen des Erträglichen gehen. Daher ist alles daran zu setzen, Burn-out hintanzuhalten. Dies hat zu geschehen durch effiziente Unterstützung der Lehrerinnen und Lehrer in ihrer Arbeit z. B. durch kleinere Gruppen sowie durch rechtlich abgesicherte Konsequenzen bei Verstößen gegen Verhaltensregeln. Anstatt den Lehrer als Zielscheibe von zumeist ungerechtfertigten Angriffen zu sehen, wäre es motivierender, die großartigen Leistungen für die Kinder und somit für die Gesellschaft anzuerkennen. Prophylaxe statt Reparatur lautet das Gebot der Stunde, damit Lehrerinnen und Lehrer in einem positiven Schulklima und vor allem gesund ihren Einsatz für Schüler leisten können.



Lehrer-Sein wird oft als sehr belastend empfunden. Supervision und Coaching können Strategien dagegen aufzeigen.

Fotos: Bilderbox, privat

Lehrer leiden häufiger

Lehrer leiden häufiger an folgenden Krankheitsbildern als übrige Angestellte (Angaben in Prozent, erster Wert Lehrer, zweiter Wert Angestellte):

Schlafstörungen:	58 zu 28
Mattigkeit:	71 zu 42
Schweißausbrüche:	41 zu 12
Herzbeschwerden:	35 zu 9
Rückenschmerzen:	80 zu 56
Schwindelgefühl:	33 zu 15
Übelkeit:	26 zu 9
Migräne:	44 zu 30
Magenschmerzen, Magend. Darmgeschwür:	25 zu 17

Beruf Lehrer — ein Gesundheitsrisiko

Pädagogen leiden häufiger unter psychosomatischen Erkrankungen als Angestellte — Burn-out-Syndrom ist auf dem Vormarsch

Von Christian Haubner

Lehrer leben gefährlich — zumindest was ihren Gesundheitszustand anbelangt. Laut einer Studie der Oö. Gebietskrankenkasse und der Johannes Kepler Universität sind Lehrer von psychosomatischen Beschwerden zum Teil signifikant stärker betroffen als der Durchschnitt der oö. Angestellten (siehe Kasten).

Beziehungsgeflecht heißt große Belastung

Ist der Beruf des Lehrers also wirklich um so „ungesünder“ als andere Berufe? Mitunter ja, erklärt Renée Bsteh, Psychologin in der Arbeitsgemeinschaft „Supervision und Schule in OÖ“, im VOLKSBLATT-Gespräch. Die Praxis belege, dass die Rate der Dienstunfähigkeit im Lehrberuf besonders hoch ist und das Burn-out-Syndrom zunehmend diagnostiziert wird. Belastend ist das Lehrer-Sein

durch das vielschichtige berufliche Beziehungsgeflecht, erklärt Bsteh: „Lehrer-Schüler, Lehrer-Kollegen, Lehrer-Direktor und Lehrer-Eltern. Das ist schon fordernd.“ So würden manche Eltern kaum Interesse an der Schule zeigen oder die gesamte Erziehungsarbeit in die Schule auslagern wollen. Auch die mitunter an Kinder vermittelte Einstellung, man brauche sich von Lehrern nichts gefallen zu lassen, nage im wahrsten Wortsinn an den Lehrkörpern.

Berufliches vermischt sich oft mit Privatem

Dazu komme, dass der Lehrberuf immer noch mit einem Imageproblem zu kämpfen habe: „Viele glauben, Lehrer hätten nur einen Halbtagsjob.“ Tatsächlich spiele sich aber bloß ein Teil der Arbeit wenig sichtbar zu Hause ab. „Dadurch vermischt sich der Job mit Privatem, es ist schwieriger abzuschalten.“

Ebenfalls wenig honoriert werde die Tatsache, dass „sich Lehrer in ihren Gegenständen ständig updaten und fortbilden müssen“.

Hilfe biete Supervision und Coaching, erklärt Bsteh. Dabei gehe es darum, durch neue Blickwinkel Stressbewältigungsmöglichkeiten aufzuzeigen. Wenn etwa ein Lehrer Probleme mit einer Klasse habe, müsse man abklären, ob diese etwa in der Gruppendynamik begründet sind. Andernfalls müsse man das eigene Verhalten analysieren. „Dann kommt man mitunter drauf, dass man nicht immer nachgeben soll und eine klarere Sprache sprechen soll.“

In jedem Fall plädiert Bsteh dafür, Supervision bereits in der Lehrerbildung anzubieten: „Das spart Krankenstände und somit Kosten.“ Eine Supervisions-Einheit kostet 80 bis 110 Euro, aufgeteilt auf bis zu zehn Teilnehmer. Infos unter www.oevs.or.at